

DOBLE TITULACIÓN

MAESTRÍA INTERNACIONAL EN
REHABILITACIÓN Y TRATAMIENTO DE
LESIONES DEPORTIVAS

+

MAESTRÍA INTERNACIONAL EN COACH
DEPORTIVO

esneca
BUSINESS SCHOOL

LDWMEM007

- DIPLOMA ACREDITADO POR APOSTILLA DE LA HAYA -



DESTINATARIOS

El Programa está especialmente diseñado para aquellas personas que estén interesadas en adquirir conocimientos sobre **Rehabilitación y Tratamiento de Lesiones Deportivas y Coach Deportivo**, y que quieran asegurarse un recorrido ascendente en esta área, con una especial elevación y consolidación de competencias.

Permite conocer la rehabilitación y tratamiento de lesiones deportivas, las lesiones en el miembro inferior y superior, las lesiones en el tronco, las lesiones de la piel en el deporte, la rehabilitación y sus técnicas, el coaching deportivo, la aplicación del coaching al deporte y la PNL aplicada al coaching deportivo. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno/a encontrará algunos ejercicios de autoevaluación que le permitirán hacer un seguimiento del curso de forma autónoma.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
600H



MODALIDAD
ONLINE



*La modalidad incluye módulos con clases en directo

CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO

*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2400\$

VALOR ACTUAL: 600\$

*Importe expresado en Dólares Americanos

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios, el alumno recibirá un diploma que certifica que ha superado con éxito el **“MAESTRÍA INTERNACIONAL EN REHABILITACIÓN Y TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN COACH DEPORTIVO”** de Grupo Esneca Formación. Nuestro centro de estudios está avalado por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

Los diplomas llevan la Apostilla de la Haya, mediante la que se reconoce y garantiza la autenticidad y validez del Diploma en cualquier país firmante del convenio.

REDES SOCIALES

 www.facebook.com/esneca.lat

 www.esneca.lat

 [@esneca.lat](https://www.instagram.com/esneca.lat)

 www.esneca.lat/blog-esneca

CONTENIDO FORMATIVO

PARTE 1. REHABILITACIÓN Y TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LESIONES DEPORTIVAS: CONCEPTO Y PREVENCIÓN

1. Concepto de lesión deportiva y su relevancia
2. Causas de las lesiones deportivas
3. Fases de la lesión deportiva
4. Factores que influyen en la lesión y curación
5. Prevención de la lesión deportiva
6. Reconocimiento médico previo
7. Psicología de la lesión deportiva
8. Fases de tratamiento de recuperación de la lesión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LESIONES DEL MIEMBRO INFERIOR

1. Osteología del miembro inferior
 - Huesos
 - Articulaciones
 - Estructuras subcutáneas
2. Musculatura del miembro inferior
 - Músculos del muslo
 - Músculos de la pierna
 - Músculos del pie
3. Lesiones de la pierna y el muslo
 - Fractura de tibia y peroné
 - Fractura de estrés
 - Rotura del gemelo
 - Rotura del tendón de Aquiles
 - Tendinitis aquilea
 - Bursitis aquilea
4. Lesiones de la rodilla
 - Esguince de rodilla
 - Lesiones de menisco
 - Rodilla inestable
 - Luxación de rótula
 - Lesión del cartílago de la rodilla
 - Bursitis
 - -odilla del saltador y del corredor
5. Lesiones del tobillo
 - Fractura de los huesos del tobillo
 - Fracturas por sobrecarga o estrés
 - Esguince de tobillo
 - Tobillo inestable (esguince de repetición)
 - Tobillo de futbolista
6. Lesiones del pie
 - Talalgia
 - Fascitis plantar
 - Fractura del calcáneo
 - Pie plano

- Pie cavo
- Metatarsalgia
- Hallux valgus
- Fractura de los dedos de los pies
- Uña negra
- Uña encarnada
- Tiña podal. Pie de atleta

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LESIONES EN EL TRONCO

1. Revisión anatómica

- Tórax
- Abdomen
- Espalda

2. Lesiones torácicas y abdominales

- Contusión torácica
- Fracturas costales
- Tórax inestable
- Esguince de los músculos abdominales
- Distensión muscular
- Traumatismos de genitales externos masculinos
- Hernia deportiva
- Lesiones de los nervios periféricos

3. Lesiones cadera

- Rotura de los músculos aductores
- Bursitis de la cadera
- Fractura de pelvis
- Osteítis del pubis, pubalgia o tendinitis de los aductores
- Luxación de cadera
- Distensión inguinal
- Hematoma pélvico

4. Lesiones de la espalda

- Cifosis. Hiper cifosis
- Lordosis. Hiperlordosis
- Desviaciones laterales de la columna vertebral (escoliosis)
- Dolor de cuello. Cervicalgia
- Fracturas vertebrales
- Hernia de disco
- Espondilolistesis y espondilólisis
- Dolor de espalda
- Patología de la espalda del nadador
- Fractura de estrés (fractura por fatiga del sacro)
- Distensión, esguince y desgarro lumbar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES DEL MIEMBRO SUPERIOR

1. Revisión anatómica

- Osteología del miembro superior
- Musculatura del miembro superior

2. Lesiones del hombro

- Tendinopatía del supraespinoso
- Esguince en la zona del hombro

- Contractura de trapecios
 - Fractura de clavícula
 - Fractura de omoplato
 - Hombro del nadador
 - Hombro congelado
 - Luxación de hombro
 - Lesiones de la articulación acromioclavicular
 - Artrosis de la articulación glenohumeral
 - Lesiones de la articulación esternoclavicular
3. Lesiones de la extremidad superior
- Miositis Osificante Traumática (MOT)
 - Lesiones del tríceps
 - Fracturas del brazo y codo
 - Tendinitis del bíceps
 - Lesiones del codo
 - Esguince y luxación de codo
 - Contusiones
 - Hematoma en el bíceps
4. Lesiones de la muñeca y la mano
- Fractura de Colles
 - Esguince y luxación de muñeca
 - Síndrome del túnel carpiano
 - Fractura de Bennett
 - Pulgar del guardabosques o del esquiador
 - Dedo en martillo
 - Dedo de jersey
 - Luxaciones de los dedos
 - Fractura de las falanges
 - Ampollas y callosidades
 - Tendinitis de Quervain

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LESIONES DE LA PIEL EN EL DEPORTE

1. Revisión anatómica
- Estructura de la piel
 - Funciones de la piel
2. Lesiones en la piel por la práctica deportiva
- Lesiones por trauma
 - Lesiones por infecciones
 - Lesiones ambientales
 - Lesiones por alergia de contacto
 - Agravamiento de otras lesiones cutáneas previas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. OTRAS LESIONES

1. Síncope y muerte súbita en el deportista
2. Epistaxis
3. Anemia en el deportista
4. Menarquia, dismenorrea y deporte
5. Traumatismo craneoencefálico
6. Lesiones en párpados y anejos
7. Erosiones corneales

8. Lesiones de la boca

UNIDAD DIDÁCTICA 7. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN

1. La rehabilitación como especialidad médica
 - Áreas de competencia clínica
 - La práctica profesional de la medicina de rehabilitación
 - Paradigma de la rehabilitación
2. La discapacidad
 - Modelos y clasificación de discapacidad
 - Discapacidad en España
3. Epidemiología de la discapacidad
 - Indicadores de discapacidad
 - La esperanza de vida libre de discapacidad

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN

1. Infiltraciones intraarticulares y musculares
2. Terapia ocupacional
 - Concepto
 - Terapia ocupacional según patologías

UNIDAD DIDÁCTICA 9. REHABILITACIÓN DE LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES

1. Lesiones de ligamentos
 - Tratamientos de las lesiones de ligamentos
2. Lesiones tendinosas
 - Tratamiento de lesiones tendinosas
3. Lesiones musculares
 - Tratamientos para lesiones musculares
4. Lesiones óseas
 - Principales lesiones óseas
 - Tratamiento de lesiones óseas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TRATAMIENTO ORTOPÉDICO Y PROTÉSICO DE LAS LESIONES

1. Ayudas técnicas
 - Conceptualización
 - Características
 - Clasificación y finalidades
2. Medios auxiliares
3. Órtesis
 - Órtesis del miembro superior
 - Órtesis del tronco
 - Órtesis del miembro inferior
4. Prótesis
 - Prótesis de la extremidad superior
 - Prótesis de la extremidad inferior
5. Iniciación a la autonomía

UNIDAD DIDÁCTICA 11. HIDROLOGÍA MÉDICA Y TERAPIAS NATURALES COMPLEMENTARIAS

1. La hidrología médica en la actualidad
2. Antecedentes históricos
3. Termoterapia
 - Efectos fisiológicos del calor
 - Técnicas de termoterapia
4. Crioterapia
 - Efectos fisiológicos
5. Hidroterapia
 - Técnicas de hidroterapia
6. Crenoterapia. Balnearios
 - Composición de las aguas minero-medicinales
7. Aplicación en patologías determinadas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. TECNOLOGÍA SANITARIA

1. Laserterapia
2. Electroterapia
 - Tipos de corrientes
 - Contraindicaciones
3. Ultrasonido
4. Magnetoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 13. VENDAJE FUNCIONAL Y DISTINTAS APLICACIONES DEPORTIVAS

1. Concepto de vendaje funcional y tipos
2. Materiales
3. Propiedades del vendaje funcional
4. Indicaciones y contraindicaciones
5. Técnica
6. Aplicaciones prácticas en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS BÁSICAS EN MASAJE DEPORTIVO

1. El masaje
2. Efectos del quiromasaje
3. Contraindicaciones del quiromasaje
4. Técnicas básicas en Quiromasaje Deportivo
 - Técnicas activas
 - Técnicas pasivas
5. Otras técnicas
 - Técnicas de movilización
 - Educación de la marcha

PARTE 2. COACHING DEPORTIVO

INTRODUCCIÓN

BASES DEL COACHING

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE COACHING

1. Origen etimológico
2. Definiciones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HISTORIA DEL COACHING

1. Orígenes filosóficos y psicológicos del coaching
 - Época clásica
 - Edad Media
 - Edad Moderna
2. Coaching en la actualidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIFERENCIAS ENTRE EL COACHING Y OTRAS DISCIPLINAS

1. Mentoring vs. Coaching
2. Consultoría vs. Coaching
3. Asesoría vs. Coaching
4. Terapia vs. Coaching

Resumen

Autoevaluación

MÓDULO 2. FUNDAMENTOS DEL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. TIPOLOGÍAS DE COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

1. Ámbito personal o life coaching
2. Ámbito organizacional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MODELOS TEÓRICOS

1. Modelo psicodinámico
2. Modelo cognitivo-conductual
3. Modelo sistémico

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CORRIENTES PROFESIONALES

1. Corriente norteamericana: coaching pragmático
2. Corriente sudamericana: coaching ontológico
3. Corriente europea: coaching humanista

Resumen
Autoevaluación

MÓDULO 3. FIGURA DEL COACH

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUIÉN ES EL COACH?

1. Competencias del coach
2. Errores del coach

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CÓDIGO ÉTICO DEL COACHING

1. International Coach Federation
 - Normativa del código deontológico
 - Compromiso ético
2. Asociación Española de Coaching
 - Filosofía del coaching
 - Estándares de conducta ética
 - Compromiso ético

Resumen
Autoevaluación

MÓDULO 4. FIGURA DEL COACHEE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUIÉN ES EL COACHEE?

1. Perfil del coachee
2. Aspectos sociales y cognitivos del coachee

UNIDAD DIDÁCTICA 2. COACHABILITY

1. Catalizadores de avances
2. Catalizadores paralizantes

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PROCESO DE CAMBIO

1. Modelo de cambio transteórico

Resumen
Autoevaluación

MÓDULO 5. PROCESO Y SESIONES DE COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROCESO DE COACHING

1. Fase I: establecimiento de la relación de coaching
 - Aspectos formales
2. Fase II: diseño del proceso de coaching
 - Análisis de la situación actual
 - Selección de objetivos
 - Planificación de la acción
3. Fase III: ciclo de coaching
4. Fase IV: evaluación y seguimiento de coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SESIONES DE COACHING

1. Fases de las sesiones de coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS ESTRUCTURALES DE COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FIN DEL PROCESO DE COACHING

1. Derivar un coachee a psicoterapia

Resumen

Autoevaluación

MÓDULO 6. HERRAMIENTAS Y TÉCNICAS DE COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HERRAMIENTAS BÁSICAS DEL COACHING

1. Observación
2. Rapport
3. Escucha activa
4. Preguntas poderosas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TÉCNICAS DE COACHING

1. Identificación de las necesidades
2. Determinación del plan de acción

Resumen

Autoevaluación

COACHING DEPORTIVO

MÓDULO 7. INTRODUCCIÓN AL COACHING DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES EL COACHING DEPORTIVO?

1. Beneficios
2. Orígenes

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH DEPORTIVO

1. Cualidades y habilidades
 - Liderazgo

Resumen

Autoevaluación

MÓDULO 8. VALORES Y ACTITUDES EN EL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. COMUNICACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 2. GRUPO, EQUIPO Y COHESIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MOTIVACIÓN

1. Motivación del logro y competitividad

UNIDAD DIDÁCTICA 4. AUTOCONFIANZA

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EMPATÍA

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DEPORTIVIDAD

Resumen

Autoevaluación

MÓDULO 9. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y COACHING DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE?

1. Funciones del psicólogo deportivo
 - Diferencias entre psicólogo del deporte y coach deportivo
2. Similitudes entre la psicología del deporte y el coaching deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERSONALIDAD EN EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO

1. ¿Cómo se forma la personalidad?
2. Personalidad y deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 3. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

1. ¿Qué son las emociones?
 - Tipos de emociones
2. Regulación emocional
3. Arousal, ansiedad y estrés
 - Estrés deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FLOW EN EL DEPORTE

1. Alcanzar la sensación de flujo

Resumen

Autoevaluación

MÓDULO 10. PNL APLICADA AL COACHING DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA?

1. PNL y deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA REPRESENTACIONAL (VAKOG)

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MÉTODO WINGWAVE®

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VISUALIZACIÓN

1. Tipos de visualización

UNIDAD DIDÁCTICA 5. FEEDBACK Y REFUERZO

1. Feedback en el deporte
2. Principio del refuerzo

Resumen

Autoevaluación

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA